Потешки для малышей

Непосредственно образовательная деятельность по физической культуре

в 1-ой младшей группе.

Программное содержание: упражнять детей в ходьбе и беге по кругу колонной по одному, закреплять умение подлезать под дугу на четвереньках (с опорой на ладони и колени), сохранять равновесие при ходьбе и беге по уменьшенной площади опоры.

Пособия. По 2 погремушки на каждого ребенка, дуги , 2 рейки.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | Программное содержание |  Ход занятия |
|  |  | Перед входом в зал дети видят Зайку (игрушку), около игрушки волшебный мешочек, в нем погремушки.**Звучит потешка:** Сидит, сидит зайчикПод кустом, под кустом.Охотнички едут,Едут скачут в поле Во пустом, во пустом.- Вы, охотнички, скачите,На мой хвостик поглядите -Я не ваш, я ушел!Показываю детям волшебный мешочек, прошу угадать, что в нем гремит? (Ответы детей).Раздаюпогремушки |
| I | Ходьба по кругу колонной по одному. | Как у нашего кота Шубка очень хороша.Как у котика усыУдивительной красы.Глаза смелые.Зубки белые.Выйдет котя в огород – Всполошиться вес народ.И петух и курицаС деревенской улицы.Станут котю в гости звать.Станут котю угощать |
|  | Бег колонной по одному. | -Куда бежите, ножки?-По летней дорожкеС бугра на бугор,За ягодой в борВ зеленом боруТебе наберуЧерной черники,Алой земляники. |
|  | Ходьба по залу колонной по одному. Дыхательное упражнение.Построение в круг. |  |
|  | **ОРУ (с погремушками):** |  |
|  | «Тень-тень, потетень»**1.**И.п.: ноги на ширине ступни, погремушки в обеих руках внизу. Поднять погремушки через стороны вверх, позвонить, опустить, вернуться в и.п.(5 раз). | Тень-тень, потетень,Выше города плетень.Сели звери под плетень.Похвалялися весь день:Похвалялася лиса:– Всему свету я краса!Похвалялся зайка:– Поди, догоняй-ка!Похвалялись ежи:– У нас шубы хороши!Похвалялся медведь |
|  | «Тили-бом»**2.**И.п.: ноги на ширине плеч, погремушки в обеих руках за спиной. Наклониться, коснуться погремушками носков ног, вернуться в и.п.(4 раза). | Тили-тили, тили-бом!Загорелся кошкин дом!Кошка выскочила.Глаза выпучила.Бежит курица с ведромЗаливать кошкин дом. |
|  | «Курочки»**3.** И.п.: ноги на ширине ступни, погремушки ноги на ширине ступни, погремушки у плеч. Присесть, положить погремушки на пол; встать, руки на пояс; присесть взять погремушки, выпрямиться, вернуться в и. п.(4 раза). | Как у наших у ворот Петух зернышки клюет.Петух зернышки клюет.К себе курочек зовет:-Вы, хохлушечки!Вы, пеструшечки!Я нашел для вас орех.Разделю орех на всехПо крупиночке,По осьминочке. |
|  | «Тетери»**4.** И.п.: сидя на пятках, погремушки у плеч. Повернуться вправо (влево), положить погремушку у носков ног; повернуться вправо (влево), взять погремушку, вернуться в и.п. (по 3 раза в каждую сторону). | К**а**к на нашем на лугуСтоит чашка творогу.ПрилетелиДве тетери.Поклевали.Улетели |
|  | «Лебедушка»**5.**И.П.: лежа на животе, погремушки у подбородка. Приподнять верхнюю часть туловища, вытянуть руки вперед, вернуться в и.п. | Вдоль по реченьке лебедушка плывет,Выше бережка головушку несет.Белыми крылышками помахивает,На цветы водицу стряхивают. |
|  | **6.**И.п.: ноги слегка расставлены, погремушки внизу. Прыжки на 2-х ногах на месте в чередовании с ходьбой. | прыжки)Солнышко-вёдрышко! Взойди поскорей, Освети, обогрей – Телят да ягнят, Ещё малых ребят. **(Ходьба)**Дождик, дождик, веселей!Капай, капай, не жалей!Только нас не замочи!Зря в окошко не стучи -Брызни в поле пуще:Станет травка гуще! |
|  | **Основные виды движений** |  |
|  | 1. Подлезание под дугой на четвереньках (высота 40 см)(Дети ползут в теремок к зайке) | Сидит белка на тележке.Продает она орешки:Лисичке-сестричке.Воробью. Синичке.Мишке толстопятому,Заиньке усатому.Кому в платок,Кому в зобок,Кому в лапочку. |
|  | 2.Ходьба и бег между 2-мя линиями (ширина дорожки 40см | Чики, чики.кички,Березовые лычки!Летели две птички,Собой невелички.Как они летели,Все люди глядели,Как они садились,Все люди дивились |
|  | **Подвижная игра «Птички и кошка»** | Птички летят,Колокольчики звенят.Раз, два, не воронь!Разбежались, как огонь.Дети ходят по кругу, взявшись за руки, на последние слова разбегаются по залу, по сигналу «Кошка!» (воспитатель), дети убегают на скамейку. |
| III |  Ходьба по залу, упражнение на дыхание. | Пошел котик во лесок,Нашел котик поясок,Нарядился, воротился,Стал он люлечку качать. |